

## Конспект образовательной деятельности по физической культуре для детей средней группы №12

Составила воспитатель:  
Крылова Наталья Николаевна

Ходьба в колонне. Легкий бег. Ходьба по комнате. Построение.

1. Исходное положение: ноги слегка расставлены, руки внизу  
1 - поднять руки вперед ладонями вверх, пальцы согнуть в кулаки,  
2 - опустить руки  
5 раз

2.«Лошадка поднимает ногу»

Исходное положение: ноги слегка расставлены, руки на поясе  
1 - поднять правую (левую) ногу, согнутую в колене,  
2- вернуться в исходное положение  
6 раз

3.«Проверь подковы»

И. п.: стоя на коленях, руки внизу

1 - наклониться вперед, поставить прямые руки на пол,  
2 - вернуться в исходное положение  
5раз

4.«Поехали на лошадке»

И. п.: ноги слегка расставлены, руки согнуты у пояса, пальцы сжаты в кулаки

1-3 - выполнить три полуприседания,  
4 – исходное положение.  
браз

5.«Лошадка скачет»

И.п.: ноги вместе, руки на поясе

Выполнить прыжки на месте, как «скачет лошадка», затем ходьба на месте  
2-3 раза

Ходьба. Бег.